Milí bratia a sestry,

V tomto mesiaci sa opäť vrátime k listu Efezanom. Počas duchovnej obnovy si v modlitbe prečítajte krásne, ale aj náročné verše, ktoré sv. Pavol adresuje veriacim v prvých komunitách. Nech sa stanú predmetom našej vnútornej modlitby a nech nás oslovia.

**1** Napodobňujte Boha ako milované deti **2** a žite v láske tak, ako aj Kristus miluje nás a vydal seba samého Bohu za nás ako dar a obetu ľúbeznej vône!

* Sme milované Božie deti – to sme mohli vidieť na Veľkú noc. Niektorí si však myslia, že milovaní sú len tí, ktorí sa majú dobre a nič im nechýba. Nepatríš aj ty medzi nich?

 **3** Smilstvo a akákoľvek nečistota alebo lakomstvo nech sa ani len nespomenú medzi vami, ako sa patrí na svätých, **4** ani mrzkosť, ani hlúpe reči a neprístojné žarty, lebo to sa nesluší; radšej vzdávajte vďaky. **5** Lebo uvedomte si a pochopte, že ani jeden smilník, ani nečistý, ani chamtivec, čo je modloslužobník, nemá dedičstvo v Kristovom a Božom kráľovstve.

* Svet okolo nás ponúka sto tisíc dôvodov, pre ktoré smilstvo a nečistota už nemajú patriť medzi zakázané skutočnosti. Reklama, kultúra, filmy ... nepodľahol som tejto mentalite? Vieš si zdôvodniť lásku k čistote, vieš prečo je čistota krásna a užitočná?

**6** Nech vás nik nezvedie prázdnymi rečami, lebo za to prichádza Boží hnev na neposlušných synov. **7** Preto nemajte s nimi nič spoločné.

* Dnešný svet je záplava slov. Čo všetko počúvaš? Je počúvanie Božieho slova na prvom mieste?

**8** Kedysi ste boli tmou, ale teraz ste svetlom v Pánovi. Žite ako deti svetla! **9** Ovocie svetla je v každej dobrote, spravodlivosti a pravde. **10** Skúmajte, čo sa páči Pánovi, **11** a nemajte účasť na jalových skutkoch tmy, radšej ich odhaľujte, **12** lebo to, čo oni potajomky robia, je hanba aj hovoriť. **13** Ale všetko, čo sa odhalí, svetlo vynesie najavo, **14** a všetko, čo je zjavné, je svetlo. Preto hovorí: "Prebuď sa, ty, čo spíš, vstaň z mŕtvych a bude ti svietiť Kristus!" **15** Dávajte si teda veľký pozor, ako máte žiť: nie ako nemúdri, ale ako múdri.

* Byť kresťanom, to je niečo alternatívne. Ak žijem tak, že to na mne nikto nevidí – nie je to dobré. Ale ak žijem tak, že ma ľudia zastrčia do nejakej škatuľky a nechcú so mnou nič mať spoločné – tiež to nie je dobré. Jána nemali radi lebo sa príliš postil Ježišovi vyčítali, že chodí na hostiny. A aj v našom prípade: Múdrosť ospravedlňujú jej skutky. Hľadáme ako byť iní a predsa aj to, ako byť príťažliví.

 **16** Využívajte čas, lebo dni sú zlé. **17** Preto nebuďte nerozumní, ale pochopte, čo je Pánova vôľa. **18** A neopíjajte sa vínom, veď v ňom je samopaš, ale buďte naplnení Duchom **19** a hovorte spoločne žalmy, hymny a duchovné piesne. Vo svojich srdciach spievajte Pánovi a oslavujte ho. **20** Ustavične vzdávajte vďaky za všetko Bohu a Otcovi v mene nášho Pána Ježiša Krista **21** a podriaďujte sa jedni druhým v bázni pred Kristom. **22** Ženy svojim mužom ako Pánovi, **23** lebo muž je hlavou ženy, ako je aj Kristus hlavou Cirkvi, on, Spasiteľ tela. **24** Ale ako je Cirkev podriadená Kristovi, tak aj ženy mužom vo všetkom.

* Nesťažuješ sa príliš na zlé dni? Vždy boli aj budú. A naozaj hľadáš Pánovu vôľu, alebo ideš v živote len tak po pamäti? Tak ako si iní idú vypiť, aby sa rozptýlili a zabudli, vieš sa naplniť Duchom? Prosíš si o jeho dary? Je tvoj život plný vďačnosti? Máš tendenciu viac rozkazovať, vyžadovať, alebo sa podriaďovať?

**25** Muži, milujte manželky, ako aj Kristus miluje Cirkev a seba samého vydal za ňu, **26** aby ju posvätil očistným kúpeľom vody a slovom, **27** aby si sám pripravil Cirkev slávnu, na ktorej niet škvrny ani vrásky, ani ničoho podobného, ale aby bola svätá a nepoškvrnená. **28** Tak sú aj muži povinní milovať svoje manželky ako vlastné telá. Kto miluje svoju manželku, miluje seba samého. **29** Veď nik nikdy nemal v nenávisti svoje telo, ale živí si ho a opatruje, ako aj Kristus Cirkev, **30** lebo sme údmi jeho tela. **31** Preto muž zanechá otca i matku a pripúta sa k svojej manželke a budú dvaja v jednom tele. **32** Toto tajomstvo je veľké; ja hovorím o Kristovi a Cirkvi. **33** Ale aj vy, každý jeden nech miluje svoju manželku ako seba samého. A manželka nech si ctí muža.

* Nezabúdaš na to, že podriaďovanie sa musí byť spojené s láskou? Inak všetko bude otroctvo a napätie? Na lásku by nemali zabúdať najmä tí, ktorí majú právo niečo vyžadovať a ktorí majú niekoho podriadeného. Nezabúdaš, že tvoj blížny v Cirkvi je tiež tvoje telo – my všetci sme totiž jedno telo.

Nuž teda čítajte, počúvajte, klaďte si otázky a pod vplyvom tohto slova sa modlite. Potom sa váš vnútorný človek pod vplyvom milosti môže premeniť.

V tomto krásnom mesiaci nezabúdajme na Pannu Máriu, aby nás ona sprevádzala a naučila počúvať Božie slovo a uskutočňovať ho.